AOÛT-SEPTEMBRE 2015 N° 208

Questions de femmes

1€,50

VIRGINIE EFIRA

« Pourquoi devrait-on se sentir coupable de ses désirs ? »

Couple

FAUT-IL TOUT DIRE À SON CONJOINT ?

L'APÉRO SANS LES KILOS, OUI, C'EST POSSIBLE !

Test

100 % STRESSÉE OU 110 % ZEN ?

DESTIN

Mike Brant, quarante ans déjà...

100 % DÉTENTE

* **10 IDÉES INSOLITES POUR SE RELAXER**
* **L'ART DU LÂCHER-PRISE, MODE D'EMPLOI**
* **SE LIBÉRER DES RELATIONS TOXIQUES**

MAGAZINE DU GROUPE 1633

L 15308 - 208 - F: 1,50 € - RD

Beauté TOUTES LES BONNES SURPRISES DE **LA RENTRÉE**

On part !

Envie d'ici ?

L'île de Ré, le rêve !

On la préfère en septembre, c'est certain ! Nature préservée, balades à vélo, plages et marais salants, villages authentiques et ports accueillants... Prenez le large en passant le pont de l'île de Ré.

Par Tristan de la Fléchère

Où dormir ?

✻ HÔTEL DE TOIRAS 5*

Situé à l'entrée du port de la capitale historique de l'île de Ré, Saint-Martin-de-Ré, l'hôtel de Toiras jouit d'un emplacement d'exception. Ses façades typiques des vieilles demeures rétaises lui confèrent un charme tout naturel. La demeure du XVIIe siècle offre toute la splendeur d'une maison d'armateur ayant appartenu à la famille des Gabaret, négociants et marins originaires de l'île de Ré. Neuf suites et onze chambres. Notre coup de cœur : la suite Vauban pour sa mezzanine et ses tissus en toile de Jouy.

À partir de 270 euros/nuit. ***www.hotel-de-toiras.com***

Les immanquables !

UNE BALADE EN ÂNE À SAINT-MARTIN

L'âne en culotte est l'une des stars de l'île. À l'origine, on lui faisait porter ces pantalons contre les attaques de moustiques. Aujourd'hui, le folklore a repris ses droits. Les enfants sont aux anges !
Parc de la Barbette (près du port) 17410 Saint-Martin-de-Ré. Tél. : 06 08 57 25 94.

LA CHOCOLATERIE DE SAINT-MARTIN

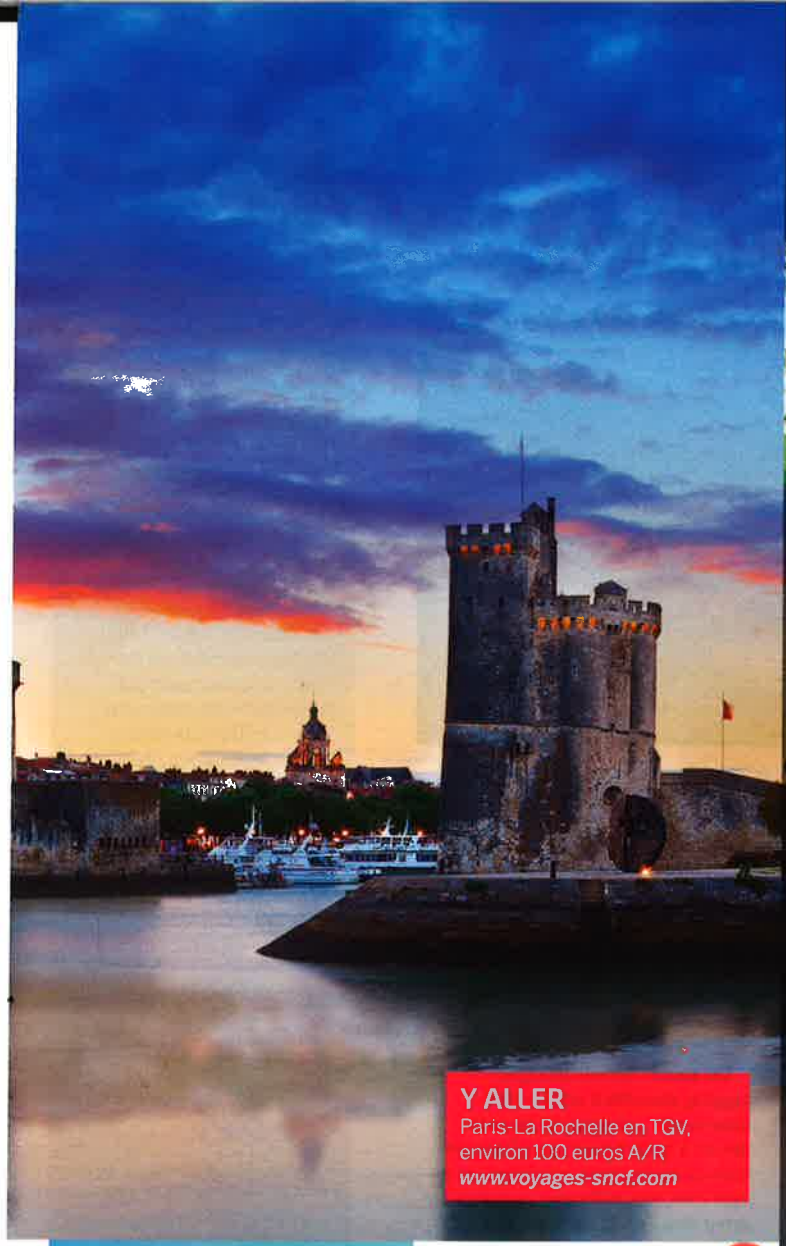
Venez découvrir les secrets de votre gourmandise préférée. Dégustation gratuite sur place !
15, avenue de Philippsburg, 17410 Saint-Martin-de-Ré. Tél. : 05 46 09 22 09.
www.iledere-chocolats.com

LA CHÈVRERIE DE LOIX

On adore ! Donner à manger aux biquettes, assister à la traite, parler aux fermiers et acheter son petit fromage pour le soir ! C'est ça aussi la vie rétaise...
Fromagerie Chèvrerie Lefort, Chemin du Corps de Garde, 17111 Loix. Tél. : 05 46 29 04 11.

DÉJEUNER À LA CABANE DE LA PATACHE

Les pieds dans l'eau : le lieu est idyllique. Face au Fier d'Ars, vous pourrez admirer la marée montante ou descendante, voguer à vive allure. Dans l'assiette ? Du poisson, des moules de Charron ou des huîtres, bien sûr. C'est local et c'est délicieux. Il est préférable de réserver vu son succès...
15, route de la Patache, 17880 Les Portes-en-Ré. Tél. : 05 46 31 38 22.



Y ALLER

Paris-La Rochelle en TGV, environ 100 euros A/R
www.voyages-sncf.com

VILLA CLARISSE 4*

Hôtel particulier du XVIIIe siècle, vous profiterez d'un jardin de plus de 1 000 m² et d'une piscine extérieure chauffée. Ouvert depuis le 1er juin 2011, l'hôtel est idéal pour les familles avec ses appartements haut de gamme. Du calme, du charme tout en étant à proximité de la vie du port.
À partir de 474 euros en chambre et 604 euros en suite durant la haute saison.
www.villa-clarisse.com

OFFICE DE TOURISME SAINT-MARTIN-DE-RÉ.